

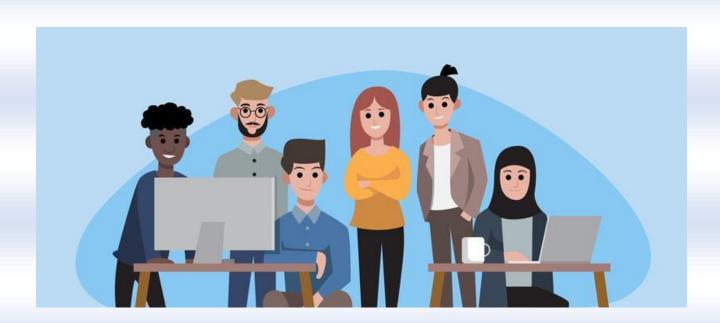


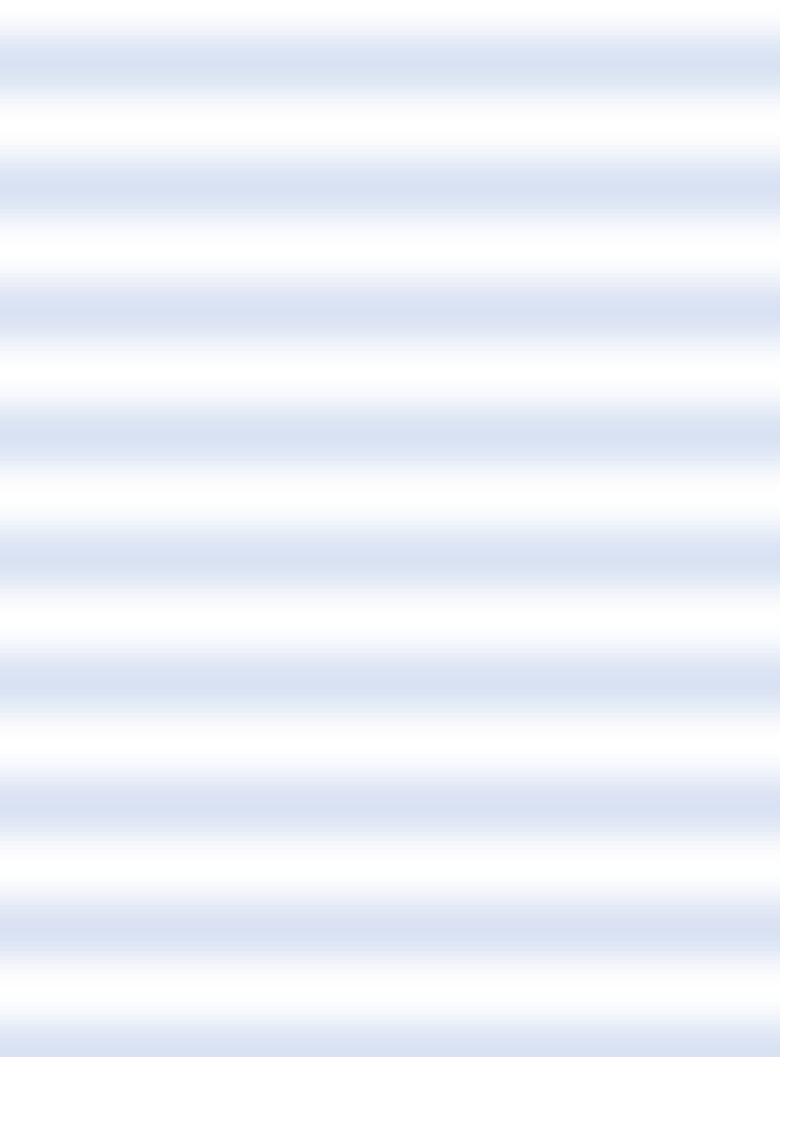


GOVT. M. H. COLLEGE OF HOME SCIENCE AND SCIENCE FOR WOMEN, JABALPUR, MP

Department of Resource Management

INTERDISCIPLINARY INTERACTIONS





Wellness Programme in collaboration with Department of Chemistry Dated - 24/06/2024-29/06/2024

One week wellness program

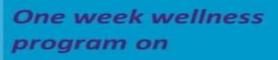












"Yoga for self and soc

From 24 June to 29 June, 202



Resource Perso Dr Rashmi Saxer **Retd. Professor, Chemist**

SWAYAM SIDH



eam Singh

nator

Organized by Department of Chemistry



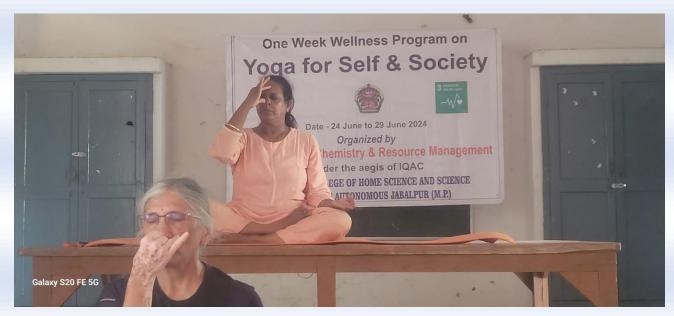




Yoga for self and Society







Bhaskar /2024

NEWS BRIEF

और मन को स्वस्थ रखने किया योग

र। होमसाइंस कॉलेज में स्वास्थ्य के दृष्टिकोण से का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बताया गया ारीर स्वस्थ मन के साथ ही पूर्ण स्वस्थ माना जाता सन सूक्ष्म व्यायाम, ध्यान, प्राणायाम ये सभी तन खने के तरीके हैं। कार्यक्रम का प्रारंभ डॉ. नंदित र्शन में हुआ। इस अवसर पर समन्वयक डॉ. शु डॉ. ज्योति जैन, सचिव डॉ. मंजू गुप्ता, गुणवंत ि आदि की उपस्थिति रही।पी-2

वार 25 जून 2024

ध्यान हैं जीवन के

होमसाइंस कॉलेज में वेलनेस हुआ। कार्यक्रम में स्वास्थ के दिष्टिपात करते हुए एक्सपर्ट द्वारा कि योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, पन को स्वस्थ रखने के तरीकें है। डॉ. रश्मि सक्सेना द्वारा प्रशिक्षण प्राचार्य डॉ. नंदिता सरकार, डॉ. ज्योति है, सचिव डॉ. मंजु गौजद थे।



तर्दुतिया

जबलपुर, मंगलवार, 25 जून, 2024

तनावयुक्त जीवन शैली में मन को शांतचित करने ध्यान प्राणायाम करें

होमसाइंस कालेज में वेलनेस कार्यक्रम का आयोजन

म साइंस कालेज में स्वास्थ्य कोण से वेलनेस कार्यक्रम का गरंभ सोमवार को किया गया। 29 तक चलने वाले कार्यक्रम में क और मानसिक दोनों आयामों द्धिपात किया जाएगा। प्रशिक्षण रिश्म सक्सेना दे रही है। उन्होंने ताया कि स्वस्थ शरीर स्वस्थ मन लिए योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, प्राणायाम तन-मन को स्वस्थ के तरीके हैं। शारीरिक डा. शुभा सिन्हा ने कार्यक्रम की



सक्रियता के साथ तनावयुक्त जीवन शैली में मन को शांत चित करने के डा ज्योति जैन ने संचालन किय लियं ध्यान प्राणायाम करना चहिए। कार्यक्रम की सचिव डा. मंजु गुप्ता कार्यक्रम का शुभारंभ प्राचार्य डा. आभार माना। कार्यक्रम की सफ साध हो पूर्ण स्वस्थ माना जाता है। लिये ध्यान प्राणायाम करना चाहिए। नंदिता सरकार के मार्गदर्शन में किया। बनाने में क्रीड़ा अधिकारी गुणवंत वि

का योगदान रहा।

योग और ध्यान हैं जीवन के आधार



जबलपुर р 💴 रिपोर्टर

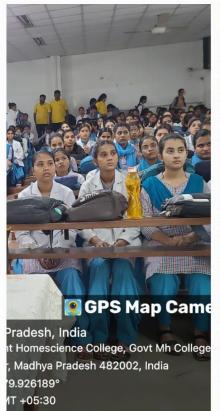
गवर्नमेंट होमसाइंस कॉलेज में वेलनेस प्रोग्राम का शुभारंभ सोमवार को हुआ। कार्यक्रम में स्वास्थ के शारीरिक और मानसिक आयामों पर दृष्टिपात करते हुए एक्सपर्ट द्वारा ट्रेनिंग दी जाएगी। वक्ताओं ने कहा कि योग आसन सूक्ष्म व्यायाम, ध्यान और प्राणायाम, यह सभी तन-मन को स्वस्थ रखने के तरीकें है। शिविर में एक सप्ताह तक प्रशिक्षक डॉ. रिश्म सक्सेना द्वारा प्रशिक्षण दिया जाएगा। उद्घाटन अवसर पर प्राचार्य डॉ. नंदिता सरकार, समन्वयक डॉ. शुभा सिन्हा, संयोजक डॉ. ज्योति जैन, सचिव डॉ. मंजु गुप्ता, क्रीड़ा अधिकारी गुणवंत सिंह मौजूद थे।

Awareness Programme in collaboration with NSS Programme on Constitution Day Dated - 26/11/2024





Career Counselling Programme in collaboration with Vivechna IAS Dated - 21/11/2024











Workshop for future generation - Oxygen Corner with collaboration of Department of Chemistry

Dated - 29/06/2024

Name of the activity	Name of the Scheme	Year of activity	Number of students participated	Number of Beneficiary
Oxygen Corner In Laboratories	Save Environment by Green Initiative	30/06/2024	30	30











Workshop on 5R's of Waste Management with collaboration of Department of Chemistry

Dated - 07/02/2023

Name of the activity	Name of the Scheme	Year of activity	Number of students participated	Number of Beneficiary
Workshop on 5RS of Waste Management		07/02/2023 - 14/02/2023	153	153





वेस्ट मैटेरियल का रीयूज, सीखा प्लांट होल्डर बनाना

पर रोक और बेस्ट पैटेरियल से धेकोरेटिय ऑस्ट्रटम्म बनाने के तरीके स्ट्रॉटम ने जाने। ट्रेनिय के दौरान जहाँ स्ट्रॉट्स ने रोज्य रिष्ट्य और रोसड़कल को रिनंग पोट्स, विज्ञाहनर कप बनान मोहा, वहीं पर्यान्त बनने की प्रक्रिय की नवर विकास का स्वतीय परन्ती है स्वत हुए। वेस्ट मेटेटियन का ऐसा ही महुपयोग साजाओं को रामकीय होत्समानिक सर्तिन में आयोजित कर्मशीर में बताया गया। आयोजन रसावन विज्ञान तथा संसाधन प्रयंध विभाग के मंबुक्त तत्वावधान में हुआ।

पांच सिद्धांती या कोकस-कार्यक्रम प्लातिटक बेस्ट मैनेजमेंट के फांच सिद्धांतों पर फोकस रहा। विभागाच्यक्त डॉ. कल्पन गृहा एवं डॉ. ममता निजा सिंह मीवृह हार्रि



मिया, साली दुवे ने पर्शान्तक कोड और यांच किदांतों को जारकारी हो। विभागतम्बन्ध हो न्योति जैन ने प्रतीधर, सीधरोड ,प्रतीका चांट, पृटिलिटी बॉक्स, बॉल देंगिंग प्लॉट होल्हा बनान सिक्कामा। इस भीके पर प्राचार्य 🛒 गरित साकार, डॉ. अर्थना खरे, डॉ. किरण जिल ममुन्ति जैन, नीतनी चित्रा, सुधा जिला, डॉ.

O city event शासकीय होमसाइंस कॉलेज का आयोजन

वेस्ट मटेरियल से बनाए प्लांट होल्डर

पश्चिक plus रिपोर्टर

नमलपुर सिंगल यूज प्लापिटक पर रोक और वेस्ट मटेरियल से हेकोरेटिय अइटम्म बनाने के तरीके बट्डिट्स ने जाने। ट्रेनिंग के दौरान को रहेर्द्रभ में पिट्रम रिप्यून किए काकार्य को सामार्थिय डीमसाईस रिम्युक्तन की हैंसिंग पॉट्रम, कोलेज में आपेटिया कार्याय पं डिजाइसर कम बनाना सीवा, वहीं कार्या स्था। आपेटिस सामार्थ प्राप्तितक बनने की प्रक्रिया और उनकी कैमिन्द्री के उक्तरीकी



काय ग्या अयोजन स्वयन विज्ञान तथा संसाधन प्रबंध विभाग के संदुक्त तत्त्वायधार में हुआ। चांच सिद्धांत पर फोकसः परमुओं में रूबक हुए। केट चांच सिद्धांत पर फोकस: मेटीपाल का ऐसा हो सहुपकी। कार्यक्रम शास्ट्रिक केट मेरेजमेट

के पांच सिद्धांतों पर फोकस रहा। विभागान्यक्ष झें क्ल्पना गुना एवं झें. जनता संग्यां, साक्षी दुवे ने प्लस्टिक कोड और पान सिद्धांने ਕੀ ਗਜਕਮੀ ਹੈ। ਰਿਧੰਜਾਨਮ ਵੀ न्वीते जैन ने सर्वाया, तीपतेड , प्लॉक पॉट, चूटिलिटी बॉक्स, बॉल हैंगिर प्लॉट होल्डर बनान सिखाया। इस मौके पर प्राच्चर्य हॉ. नंदिता सरकार, डॉ. अर्थन खरे, डॉ. करण सिंह, मधुमति जैन, नशिनी मिख्र, सुधा सिन्हा, डॉ. निश्च सिंह सीन्द्रद थी।

Earn While you Learn Deepotsav Programme with Swami Vivekanand and Department of Food and Nutrition

Dated - 19/10/2024

आयोजन

शा.मो.ह.महाविद्यालय में दीपोत्सव मेले का आयोजन

छात्राओं ने लगाए मेहंदी, श्रृंगार सामग्री के स्टॉट

ग्लपुर।शासकीय मोहनलाल गोविंद दास गृह विज्ञान एवं हान महिला महाविद्यालय **में** नवार को उद्यमिता को बढ़ावा के उद्देश्य से आहार एवं गण विभाग तथा स्वामी त्रेकानंद कैरियर मार्गदर्शन जना के संयुक्त तत्वाधान में विाइल यूलर्न के अंतर्गत गेत्सव 2024 मेले का योजन किया गया। जिसमें विद्यालय की छात्राओं ने भेन्न प्रकार के स्टॉल्स जैसे दिष्ट व्यंजन, मेहंदी, सजावट समान एवं स्वयं के द्वारा बनाई अनेक वस्तुएं आदि की क्री की। उक्त गतिविधि के त्रम से छात्राओं ने न केवल मिता को समझा बल्कि स्वयं



का रोजगार किस प्रकार छोटे स्तर पर भी लगाया जा सकता है इसकी जानकारी प्राप्त की। मेले में 45 स्टाल लगाए गए।

बडी संख्या में छात्राओं ने लिया भाग

महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. नंदिता सरकार ने बताया कि कार्यक्रम में बड़ी संख्या में छात्राओं ने भाग लिया। स्वामी विवेकानंद कैरियर मार्गदर्शन प्रकोष्ट की प्रभारी डॉक्टर ज्योति जैन एवं आहार एवं प विभाग की विभाग अ डॉक्टर स्मिता पाठक मार्गदर्शन में संपन्न हुआ स एवं विभाग के सदस्यों ड गीता चौबे,श्रीमती अपूर्वा र डॉ मनीष आर्य,डॉ रीना श्रीमती विभा श्रीपाल, श्रं रश्मि सिंगरीरे, सुश्री कैनवस तथा सुश्री महिमा वं ने सक्रिय भूमिका निभाई।







